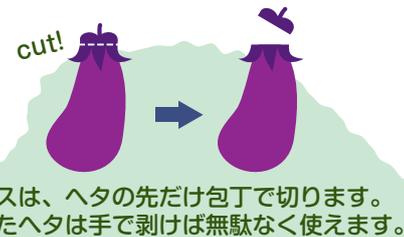


食材の保存と活用のポイント

食材の保存と活用のポイント

- トマトやナスなど、水気の多い夏野菜
カゴに入れ、通気性のいい場所に保管
- 大根、キャベツ、白菜
新聞紙にくるんで、根を下にして保存
キャベツはあらかじめ芯をとるとさらに長持ち
- モヤシ
密閉容器などに水を入れて冷蔵庫で保存
水を毎日取り替えれば1週間はもちます
- ホウレンソウ
濡らした新聞紙でくるんでビニール袋に保存
冷凍庫で保存する場合は、茹でてから1回分ずつにわけて
- 長ネギ、アスパラガス
立てて保存。育っていた状態で保存すると長持ちします
- タマネギ、ニンニク
ネットに入れ、直射日光の当たらない風通しのいい場所につるして
- サツマイモ、カボチャ、ジャガイモ、サトイモ、ゴボウ
袋から出して冷暗所へ
泥付きのものは新聞紙にくるんで常温保存



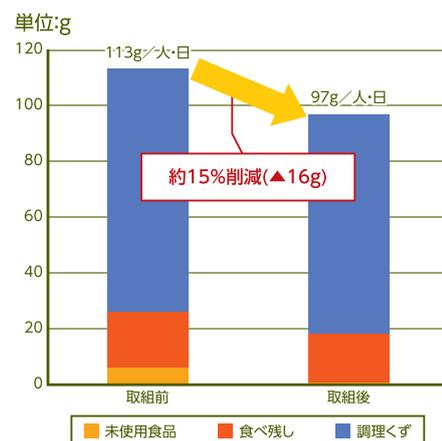
意識するだけでも食品ロスは減る？

家庭から出るごみのうち、**約4分の1が生ごみ**です。この中には、食べ残しなどの食品ロスが含まれています。

この食品ロスにより、**1世帯当たり年間37kgの食材を捨てている**こととなります。これは、**24,000円に相当**します。

県内の一般家庭で、**食品ロスを減らすことを意識しながら暮らしたら、15%も生ごみが減った**というデータもあります。

- 1人1日あたりの食品廃棄物 (g/人・日)



(家庭における生ごみ排出量の実態調査、H22年度 山口県調査)